食材で意識、毎日の健康。

ホットケーキミックスと炊飯器。バナナチョコケーキ

【材料】 5合炊き炊飯器1台分

ホットケーキミックス……………200g
卵……………………………………1個
砂糖…………………………………50g
牛乳…………………………………½カップ
バナナ（熟したもの）…………………2本
板チョコレート………………………50g

【作り方】 調理時間15分
（ケーキを焼く時間は入れず）

①チョコレートは、刻んでおく。
②ボウルにバナナを入れてつぶし、ふるった砂糖、牛乳、卵を加えて混ぜ合わせる。
③ホットケーキミックスを入れて混ぜ、①のチョコレートを加えてさらに混ぜる。
④内釜に③を流し入れ、炊飯器に入れて、通常の白米モードで炊く。
⑤竹串を刺してみて、生地がついてくるようなら、再度白米モードで炊く。
※炊飯器によっては、米以外の炊飯を禁止している機種もあります。取扱説明書をご確認ください。

⅛カット分のエネルギー
190 kcal

※写真は盛付けイメージです。